

Data	Wartość Odżywcze i kaloryczności	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
6.01. 2025 PONIE- DZIAŁEK			<b>Wolne</b>	
7.01. 2025 WTO- REK  Alergeny: 1,3,7,9	E[kcal]1013 B[g]:31 T[g]:29 W[g]:121	mleko, pieczywo żytnie, pszenne , masło , wędlina, sałata  II. banan	-zupa pomidorowa 250 ml Składniki: wywar warzywny, włoszczyzna (seler), koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, natka pietruszki, śmietana, makaron -klopsiki gotowane w sosie koperkowym-80g Składniki: mięso mielone, cebula, jaja, mąka, bułka tarta, sól, pieprz, śmietana, koperek -ziemniaki puree -150 g -marchewka z groszkiem zasmażana-50 g (marchewka, groszek, masło, mąka, sól, cukier) -woda niegazowana z cytryną-200 ml	Herbata, owsianka na mleku z rodzynekami  Składniki: mleko, płatki owsiane, rodzyнки  -warzywa
8.01. 2025 Środa  Alergeny: 1,3,7,9	E[kcal]1010 B[g]:33 T[g]:30 W[g]:130	herbata, pieczywo mieszane z masłem, ser , wędlina, ogórek  II. pomarańcza	-zupa ziemniaczana-250 ml Składniki: wywar warzywny, włoszczyzna, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz, ziemniaki, boczek wędzony -gulasz z warzywami-80 g Składniki: mięso wieprzowe, cebula, cukinia, papryka , koncentrat pomidorowy, śmietana, sól, pieprz -makaron-150 g -ogórek kiszony-50 g Składniki: buraczki, sól, cukier, ocet -woda niegazowana z pomarańczą-200 ml	kakao, bułka maślana, twarożek  -warzywa
9.01. 2025 Czwartek  Alergeny: 1,3,7,9	E[kcal]1015 B[g]:30 T[g]:30 W[g]:120	Kawa zbożowa na mleku, pieczywo mieszane, masło, wędlina , pasztet, pomidor  II. gruszka	-rosół z makaronem-250 ml Składniki: wywar drobiowy, włoszczyzna (seler), sól, pieprz, ziele angielskie, liście laurowe, natka pietruszki, makaron -kotlet z piersi kurczaka-80 g Składniki: mięso drobiowe, cebula, papryka, sól, pieprz, mąka, jaja -ziemniaki-150g -surówka wiosenna-50 g (kapusta, ogórek, pomidor, olej rzepakowy, sól, cukier, sok z cytryny, natka pietruszki) -woda niegazowana z cytryną i miętą 200 ml	mleko -200ml, galaretka owocowa z sosem waniliowym  -warzywa
10.01. 2025 PIĄTEK  Alergeny: 1,3,4,7,9	E[kcal]1012 B[g]:28 T[g]:31 W[g]:133	kakao, pieczywo mieszane z masłem, pasta jajeczna ze szczypiorkiem  II. jabłko	-zupa jarzynowa- 250 ml Składniki: wywar warzywny, włoszczyzna, ziemniaki, miesznka warzyw, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, śmietana, natka pietruszki) -figurki rybne-70 g Składniki: filety rybne, jaja, mąka, bułka tarta, sól, pieprz -ziemniaki puree -150 g -surówka z kiszonej kapusty-50 g Składniki: kapusta kiszona, cebula, cukier, sól, olej rzepakowy -woda niegazowana z cytryną 200 ml	herbata -200 ml, jogurt naturalny z truskawkami  -warzywa